



思い通りに作業完了！指示と頼み方のテクニック

スムーズに依頼を承諾してもらえたものの、思った通りの作業をしてもらえなかったという経験はありませんか？
 依頼した相手が間違わずに作業するために、必要な具体的な指示の仕方をお伝えします。また、依頼を受けてもらうための
 テクニックについてもお伝えします。

頼みづらい時はどうする？

忙しそうにしている、言い出しづらい…etc. 様々な理由で依頼をしそびれてしまう事もありますよね。もしかすると頼むこと
 自体が苦手で、いつも自分で仕事を抱えてしまう人もいるかも知れません。頼みづらいという悩みを解決するには、テクニッ
 クの前にマインドの部分を改善しなければいけません。

皆さんは、魔法のランプから出てきた魔人が願いを叶えてくれるというストーリーをご存知ですよね。羨ましい話だと思うか
 も知れませんが、主人公はちゃんとランプをこすって、魔人に願いを伝えたので願いを叶えて貰う事ができました。もし、こす
 らずにお願いをしたり、願いを伝える事を躊躇したとしたらどうだったでしょうか。桃太郎だって、犬やきじにキビ団子をあげ
 て鬼退治に行くことを頼んでいますね。ランプをこすことや、キビ団子をあげる部分は、皆さんが普段構築している人間関係
 であったり、頼む時に相手を気遣うセンテンスにあたります。

依頼を断られるケースを見てみると、唐突に頼んだり、「今ちょっと大丈夫ですか？」「お忙しい所すみません！」といった一言
 を忘れてしまったり、頼むばかりで自分は引き受けていない等の原因が隠れています。タイミングや、頼み方等相手への気遣い
 を忘れずに、丁寧に頼む。依頼に対する苦手意識がある方は魔法のランプを思い出して行動してみてください。

依頼を承諾してもらおうテクニック

依頼を断られてしまった時や、ぜひ承諾してもらいたい案件の場合に使える頼み方のテクニックとして、数字を使うという方法
 があります。数字を提示されると、依頼を受けるかどうか判断をする時に、感情だけでなく論理で考えるので依頼が正当なもので
 あれば承諾率を上げる事ができるでしょう。心理学的にも数字を提示される事で説得されやすくなるという傾向があります。

例) × すごく忙しくて対応が大変だったんです。明日は応援の人員をお願いします。

→どの位忙しいのかが具体的にイメージできない。場合によっては本人の主観、わがままという印象をもたれてしま
 う場合も。

○ 来場者が予想の2割増だったので、10分以上お待ちいただいたお客様が50名を超えました。明日は応援人員を
 2人増やしていただけますか？

→具体的にどんな状況だったのかがイメージできる。客観的な視点からの提案という印象。

「理由」「相手のメリット」を加えると納得しやすい

依頼をする時に「理由」を付け加えるというテクニックも有効です。心理学の実験では、付け加える理由が正当な理由でない
 場合でさえ承諾率が上がることが確認されています。さらにダメ押しをするのなら、相手のメリットを提示するという方法は
 いかがでしょうか。

例) ○ 来場者が予想の2割増だったので、10分以上お待ちいただいたお客様が50名を超えました。人員を2人
 増やして頂ければ機会損失が解消され、利益率を8%上げられます。明日は応援人員をお願いします。

伝え方を考えないで依頼してしまうと、承諾されないだけでなく「わがまま」や「愚痴」のように聞こえてしまうことも。ビジネス
 だけでなくプライベートでも「依頼する」シーンは少なくありません。苦手意識がある人は、依頼のパターンを覚えてしまう事をお
 勧めします。

All Abouto ビジネスより

風邪をひいたときの生姜湯

材料:(1人分)

- ・生姜 ひとかけら ・はちみつ 適量
- ・レモン汁 1/2 個分 ・熱湯 50cc ・水 150cc



- ① 生姜はすりおろし、お湯を沸かす
- ② すりおろしたショウガの半分をコップに入れる
- ③ 熱湯を 50cc 注ぎ、しっかりかき混ぜる
- ④ 水 150cc を加えてしっかり混ぜる
- ⑤ コップのお湯がぬるくなったら残りの生姜を混ぜる
- ⑥ レモン汁とはちみつを入れてかき混ぜてできあがり。

ウィンカーの点滅回数は、緊張気味の時の脈拍数！？



ウィンカーの点滅する速度は、道路運送車両法の保安基準によって毎分
 60~120回、又常に一定の速度で点滅することと決められている。
 このスピードは、人間が緊張気味の時の脈拍数と同じリズムという。車線
 変更や右左折など、普段とは違った動きをする時に、それまでの運転に慣
 れたドライバーに注意を促すことで事故を防ごうという意味があるよう
 だ。

点滅の速度があまりにも速いと、ドライバーはかえって焦ってしまい、逆に
 遅いと緊張感がなくなってしまう。そこで「緊張気味の脈拍数」という、
 少しだけ早めのスピードに設定されているのだ。現在多くのメーカーでは
 ウィンカーの点滅速度を毎分70~80回に設定していると言う。